Escaleras Portátiles - Seguridad

Advertencia de Peligro

Año tras año, unos 50 trabajadores de la construcción resultan muertos por caídas de escaleras. Más de la mitad de las personas que resultan muertas son personas que estaban trabajando en las escaleras. La gente que se cae al bajarse es el doble de la gente que se cae al subirse. La causa principal de las caídas de escaleras rectas y escaleras de extensión es el deslizamiento de la base de la escalera. Para las escaleras que se sostienen solas o las escaleras de tijera, la causa principal es irse de lado.

Protéjase

Elija el equipo debido. Las escaleras deben usarse principalmente para subir a niveles más altos. Los andamios o los elevadores tipo tijera son más seguros para trabajar que las escaleras.

Elija la longitud correcta de la escalera.

Las escaleras comerciales tienen una calcomanía que informa sobre la capacidad de peso máxima. OSHA dice que las escaleras portátiles hechas en la obra deben ponerse a prueba para verificar su resistencia; una escalera común y corriente debe poder aguantar por lo menos 4 veces el peso máximo para el que esté hecha.

Las gradas o escalones, los listones y peldaños, deben ser paralelos, nivelados y espaciados parejamente (para la mayoría de las escaleras, el espaciado debe ser de entre 10 y 14 pulgadas). Las gradas y los peldaños de las escaleras de metal deben ser ranurados o rugosos para reducir al mínimo las posibilidades de deslizarse. Las barandillas laterales deben estar separadas a una distancia de por lo menos 11.5 pulgadas.

No vaya a amarrar las escaleras una con otra a menos que las escaleras estén hechas para eso.

Si utiliza dos o más escaleras para alcanzar un lugar, deben tener una plataforma o un apeadero entre una y otra.

Las piezas de la escalera deben ser lisas para impedir que vayan a ocasionar perforaciones, heridas o que la ropa se quede atrapada.

Las escaleras de madera no se pueden pintar con una pintura que pueda ocultar los defectos.

Los empleados deben recibir capacitación en el uso de las escaleras. Una persona competente deberá capacitar a los empleados en seguridad en el manejo de las escaleras en una obra dada.*

Preparación de una escalera

Mantenga todo tipo de escalera (y herramientas) a una distancia mínima de 10 pies de los cables de corriente eléctrica. El aluminio y hasta la madera húmeda o sucia o las escaleras de fibra de vidrio pueden conducir electricidad.

Coloque la escalera en suelo firme y parejo. Use los niveladores de escaleras si el suelo no fuera parejo. De ser necesario, asegure la escalera– amárrela, use tacos anti-deslizantes o pídale a alguien que la sostenga en su lugar. (Una escalera en una superficie resbalosa debe amarrarse o sostenerse en el lugar.)

Mantenga despejada el área alrededor de la parte de arriba y la parte de abajo de la escalera. En los pasadizos, puertas, o en cualquier lugar traficado, asegure la escalera o bloquee el área para evitar peligros.

No coloque la escalera sobre un andamio, caja ni ningún otro objeto.

Escaleras de tijera: Las cuatro patas deben estar sobre suelo firme y parejo. Las patas deben estar bien aseguradas y completamente abiertas. Nunca se suba por las riostras transversales. Nunca coloque una escalera de tijera contra la pared.

Escaleras rectas y de extensión: La base de la escalera debe ser de 1 pie contado a partir del edificio por cada 4 pies de longitud de escalera hasta alcanzar la posición de descanso. (Para comprobar: coloque los dedos de los pies donde las zancas de la escaleras tocan el suelo, párese recto y estire los brazos y las manos en frente suyo. Las palmas de las manos deben tocar la parte de arriba de un escalón.)

(Pase la pág.)

---

* OSHA define a una *persona competente* como una persona...que es capaz de identificar peligros existentes y predecibles... y que tiene la autoridad necesaria para tomar con prontitud medidas correctivas para eliminar los peligros. Puede encontrar más información de seguridad relacionada al trabajo con escaleras en las Normas de la Construcción de OSHA publicadas en el *Code of Federal Regulations*, CFR 1926.1050-1060 (Subparte X).

Después de colocar una escalera de extensión, fije bien la parte de arriba. Las partes de las escaleras de extensión deben traslaparse por lo menos unos 3 pies si la escalera es de 32 pies o unos 4 pies si la escalera es de entre 32 y 48 pies, o unos 5 pies si la escalera es de entre 48 y 60 pies.

Las dos zancas deben descansar parejamente sobre el lugar de descanso a menos que la escalera tenga un solo sostén como punto de apoyo.

Cuando se vaya a utilizar la escalera para subirse y bajarse de un techo, asegúrela con amarras. Las zancas deben sobresalir por lo menos unas 42 pulgadas por encima del techo para que se puedan considerar seguras. Las escaleras hechas en la obra deben poder permitirle subirse y bajarse trepándose entremedio de las zancas. Si tiene que ir alrededor para subirse a la escalera debido a los peldaños que tiene, tiene que haber una barandilla en el edificio para agarrarse y ayudarse. (OSHA exige la barandilla para agarrarse y un amarre si la escalera no sobresale por lo menos en 36 pulgadas por encima del techo.) Si hay una pared o una baranda alta de protección, use una escalera o cualquier otra forma para subirse y bajarse de la pared o la baranda.

Cuando use una escalera:

• Manténgase siempre mirando hacia la escalera cuando la utilice para trabajar, o cuando vaya para arriba o para abajo.
• Póngase zapatos con suela antideslizante.
• Mantenga siempre tres puntos de contacto (como una mano y dos pies).
• No trabaje desde la parte de arriba ni desde el peldaño más alto de una escalera, ni desde ninguno de los 3 peldaños más altos de una escalera de extensión o recta.
• Párese de modo que la hebilla de su cinturón (faja) quede entre las zancas de la escalera, para evitar que se vaya de lado.
• De ser posible, cuando trabaje desde la escalera, use un sistema de uso personal para detención de caídas que esté asegurado a un punto en el edificio.
• No tenga nada en las manos cuando vaya para arriba y para abajo. Si tiene que llevar algo, póngaselo en el cinturón o jálelo con una cuerda (después de haber llegado a su punto de trabajo).
• No use la escalera cuando haga mucho viento.
• Nunca mueva la escalera si alguien está en ella.
• Si está usando una escalera de extensión, nunca la mueva a menos que haya bajado completamente la parte de abajo.
• Nunca deje de vigilar una escalera que no esté asegurada.

Inspección de la escalera

OSHA exige que una persona competente examine la escalera regularmente para ver si tiene algún defecto visible y después de cualquier inicidente que pudiera afectar el uso. Antes de cada uso, revise la escalera para ver si no tiene daños.
Si la escalera estuviera dañada, póngale el rótulo **Do not use (No usar)** y apártela hasta que quede reparada. Si no se puede usar, destrúyala.

Lista para inspeccionar una escalera:

• Asegúrese de que las patas estén en buenas condiciones y tengan tacos antideslizantes, además de que estén seguras.
• Inspeccione las piezas de la escalera para ver si no tienen grietas, pandeaduras, rajaduras o corrosión.
• Revise todas las conexiones entre los peldaños y los escalones.
• Asegúrese de que las trabas de los peldaños y los arriostramientos de las extensiones estén bien.
• En las escaleras de extensión, asegúrese de que la soga y la polea estén en buenas condiciones y que la soga no esté desgastada.
• Asegúrese de que todos los pernos y los remaches estén bien asegurados.
• Todas las trabas de los peldaños y otras piezas movibles deben estar aceitadas o engrasadas.
• Asegúrese de que los escalones, peldaños y otras partes de la escalera no tengan aceite, grasa ni ningún otro material.

Si desea más información, llame al sindicato local, el Centro de Protección de los Derechos de los Trabajadores , (CPWR) al teléfono 202-962-8490 (o www.cpwr.com), el National Institute for Occupational Safety and Health, (NIOSH) al teléfono 1-800-35-NIOSH (o www.cdc.gov/niosh), o a la Occupational Safety and Health Administration, (OSHA) al teléfono 1-800-321-OSHA (o www.osha.gov).

© 2000, The Center to Protect Worker's Rights. El Center to Protect Worker's Rights (CPWR), es el instituto de investigación y desarrollo del Building and Construction Trades Dept. (BCTD), AFL-CIO: CPWR, 111 Massachusetts Ave. NW., Washington, D.C. 20001. (Edward C. Sullivan es el

presidente del BCTD y del CPWR.) La producción de esta tarjeta se realizó gracias a la subvención CCU310982 de NIOSH. El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva del Center to Protect Worker's Rights y no representa necesariamente la opinión oficial de NIOSH.